मोफसलको सर्वाधिक लोकप्रिय राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वाञ्चल

श्रीअन्तु प्रकाशन (प्रा.)लि.

२५

Purwanchal National Daily

◆ वर्ष : २५ ◆ अङ्क : १६१ ◆ पृष्ठ ४ ◆ बिर्तामोड ◆ वि.सं. २०७७ बैशाख २८ गते आइतवार (Sunday, May 10. 2020) नेपाल सम्वत् ११४० Web : www.purwanchaldaily.com ◆ मूल्य रु : ५/- भारतमा भारु : ४/-

सूचना

सदाचारीलाई स्वागत
भ्रष्टाचारीलाई बहिस्कार ।
भ्रष्टाचारविरुद्ध शून्य
सहनशीलताको विकास गरौं ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

लिपुलेकमा भारतद्वारा निर्मित सडकप्रति नेपालको कडा आपत्ति

धभारतले नेपाली भूमिमा निर्माण गरेको विवादित सडकः भारतको पिथौरागढ जिल्लाको गर्वाधारबाट शुरु भई नेपालको कालापानी लिपुलेक हुँदै चीनको मानसरोवर जोड्ने गरी भारतले निर्माण गरेको विवादित सडक । शुक्रबार उद्घाटन गरिएको कूल ७८ किलोमिटर लामो सो सडक नेपालको कालापानी, लिपुलेक र नावीढांग क्षेत्रमा पर्दछ । यसबारे नेपाल सरकारले आफ्नो दूतावासमार्फत भारत सरकारबाट आधिकारिक विवरण खोजिरहेको छ । **तस्वीर : नरेन्द्रसिह कार्की/रासस**

काठमाडौं, बैशाख २७। शुक्रवार भारतले पश्चिम सीमा क्षेत्रस्थित नेपाली भूमिमा सडक उद्घाटन गरेको विषयमा नेपालले आधिकारिक रूपमा कडा आपत्ति जनाएको छ ।

भारतीय गृहमन्त्री राजनाथ सिंहले शुक्रवार धार्चुला-लिपुलेक लिङ्क रोडको उद्घाटन गरेका थिए । शनिवार परराष्ट्र मन्त्रालयले एउटा विज्ञप्ति जारी गर्दै सन् १८१६को सुगौली सन्धिका आधारमा महाकाली नदीको पूर्वी भागमा पर्ने लिम्पियाधुरा, कालापानी र लिपुलेकसहित सबै क्षेत्र नेपालको भूभाग रहेको आफूहरूले लगातार भन्दै आएको जनाएको छ ।

गत वर्ष भारतले नयाँ राजनीतिक नक्सा जारी गरेपछि गत नोभेम्बरमै कूटनीतिक नोटमार्फत् उक्त विषयबारे जानकारी गराइएको विज्ञप्तिमा उल्लेख गरिएको छ ।

भारतको उक्त कदम दुई देशबीच प्रधानमन्त्रीस्तरमै सीमा सम्बन्धी विवाद आपसी समझदारीका आधारमा सल्टाइने विषयमा भएको समझदारीको विरुद्धमा रहेको परराष्ट्र मन्त्रालयले जनाएको छ । सरकारले भारतलाई नेपाली भूमिमा कुनै पनि किसिमको गतिविधि अघि नबढाउन समेत आग्रह गरेको वीवीसीले उल्लेख गरेको छ ।

प्रदेश नं. १मा कोरोना संक्रमित

८ जना घर फर्के, १७ जना उपचाररत्

झापा, बैशाख २७। प्रदेश नं. १ अन्तर्गत कोशी अस्पताल (कोभिड-१९) उपचार केन्द्र विराटनगरमा उपचार गराइरहेका आठ जना कोरोना सङ्क्रमित निको भइ घर फर्केका छन् ।

दुईपटक पीसीआर परीक्षणबाट रिपोर्ट नेगेटिभ आएपछि एक महिला र एक भारतीय नागरिकसहित आठ जनालाई शुक्रबार डिस्चार्ज गरिएको अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. संगीता मिश्राले जानकारी दिइन् ।

केन्द्रमा उपचारमा रहेका ३१ मध्ये गत बुधबार छ र शुक्रबार ८ गरी १४ जना निको भइ घर फर्केका छन् । केन्द्रमा अहिले १७ सङ्क्रमितको उपचार भइरहेको केन्द्रका प्रमुख चिकित्सक डा. दीपक सिग्देलले बताए । यसरी घर फर्कनेमा उदयपुर जिल्लाका २० वर्षीय आजाद आलम, सोही जिल्लाका १८ वर्षीय मोहम्मद इमरान अहमद, १८ वर्षीय परवेज आलम, ४१ वर्षीय मुख्तार मियाँ, ५५ वर्षीया रोशना खातुन, विराटनगर-१७का ७२ वर्षीय आइनो मियाँ, सोही स्थानका ६० वर्षीय इजरायल मियाँ र भारतीय नागरिक २४ वर्षीय मोहम्मद आदिल रहेको अस्पतालले नाम सार्वजनिक गरेको छ । शुक्रबार घर फर्कनेमध्ये तीन जनाले रोजा (व्रत) बसेका छन् ।

निजहरु १३० दिने धर्म प्रचारका लागि नेपालका विभिन्न मस्जिदमा पुग्नुका साथै उदयपुरको त्रियुगा नगरपालिका-१९स्थित भुल्केको मस्जिदमा सङ्क्रमित भएका थिए । उनीहरुलाई स्वाब परीक्षणबाट कोभिड-१९ सङ्क्रमित भएपछि यही वैशाख ८, ९ र १० गते उपचारका लागि केन्द्रमा ल्याइएको थियो । निको भइ घर फर्केकामध्ये सात जनालाई विराटनगर-१५ स्थित रानी मर्कज मस्जिदमा १४ दिन क्वारेन्टाइन राखिएपछि स्वाब परीक्षण गरिने अस्पतालका मेसु डा. मिश्राले जानकारी दिइन् ।

यस्तै एक महिलालाई उदयपुरको होम क्वारेन्टाइनमा जनप्रतिनिधि र चिकित्सकको निगरानीमा राख्ने व्यवस्था गरिएको छ । सामाजिक विकासमन्त्री जीवन घिमिरेले पूर्व सङ्क्रमितलाई बिदाइ गर्दै सरकारको अबको रणनीति भनेको तीन 'टी' अन्तर्गत ट्यार्किङ, टेष्टिङ र ट्रिटमेन्ट रहेको जानकारी दिए । उनले मन्त्रालय अन्तर्गतको स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख डा. सुरेश मेहताको संयोजकत्वमा एक कमिटी गठन गरी प्रदेशका सबै स्थानमा जनप्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मीको प्रत्यक्ष निगरानीमा होम क्वारेन्टाइन व्यवस्था गरी अनुगमनको व्यवस्था मिलाइएको जानकारी दिए ।

अस्पतालका मेसु डा. मिश्राले अस्पतालमा उपचारमा रहेका सङ्क्रमित सबैको अवस्था सामान्य रहेको र उनीहरुले अगाडिदेखि प्रयोग गरिरहेको उच्च रक्तचाप, मधुमेह बिरामीलाई औषधि निरन्तरता दिनुका साथै साधारण औषधि प्रयोग गरिएको बताइन् । केन्द्रका

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

थप सात जनामा कोरोना पुष्टि

काठमाडौं, बैशाख २७। नेपालमा थप सात जनामा कोभिड-१९को सङ्क्रमण देखिएको छ । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले थप सात जनामा कोभिड-१९ को सङ्क्रमण पुष्टि भएको जनाएको हो ।

मन्त्रालयले शनिवार विज्ञप्ति जारी गर्दै उदयपुरको भुल्केमा तीन, कपिलवस्तुमा तीन र पर्साको छपकैयामा एक जना नयाँ सङ्क्रमित फेला परेको जनाएको छ । राष्ट्रिय प्रयोगशाला, काठमाडौं र कोशी अस्पताल, विराटनगरको प्रयोगशालामा गरिएको परीक्षणअनुसार नयाँ सङ्क्रमित पुष्टि भएको मन्त्रालयले जनाएको छ ।

योसँगै नेपालमा कोभिड-१९ सङ्क्रमितको संख्या १०९ पुगेको छ । उदपयपुरको भुल्के निवासी १८, ४५ र ६५ वर्षका महिला, कपिलवस्तुमा १७ र १८/१८ वर्षका पुरुष तथा पर्साको छपकैयामा ६२ वर्षका पुरुषमा कोरोना सङ्क्रमण पुष्टि भएको मन्त्रालयले जनाएको छ । हालसम्म प्राप्त विवरणअनुसार सङ्क्रमितको स्वास्थ्य अवस्था सामान्य रहेको र उनीहरु स्वास्थ्यकर्मीको सम्पर्कमै रहेको विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

इलामका पर्यटकीयस्थल सुनसान

इलाम, बैशाख २७। बसन्त ऋतुको आगमनसँगै मुलुककै उत्कृष्ट पर्यटकीय गन्तव्य श्रीअन्तु र सन्दकपुरबाट सूर्योदय र सूर्यास्तको दृश्य हेर्न स्वदेशी र विदेशी पर्यटक झुम्मिने बेला हो यो । तर, इलामको श्रीअन्तु र सन्दकपुरलगायत उत्कृष्ट पर्यटकीय गन्तव्य यतिबेला सुनसान छ । न यहाँ पहिले पहिले यही समयमा लाग्ने पर्यटकको ओइरो देखिन्छ, न त मानिसको भीडभाड ।

इलाम पर्यटकीय क्षेत्रमा उत्कृष्ट गन्तव्य हो । जहाँ मुलुककै उत्कृष्ट पर्यटकीयस्थलमा पर्ने श्रीअन्तुबाट सन्दकपुरसम्म पर्दछन् । जुन गन्तव्यहरु सूर्योदय र सूर्यास्तका लागि अब्बल मानिन्छन् । तर, कोरोना भाइरसका कारण भने अहिले पर्यटकको संख्या शून्य छ । पर्यटकको

बाक्लो नै उपस्थिति हुने यस बेलामा पर्यटक नहुँदा सबै होमस्टे र होटल सुनसान छन् ।

पर्यटकीय क्षेत्रहरु कन्याम, श्रीअन्तु, पशुपतिनगर, फिक्कलका साथै सन्दकपुर, पानीटार कुइभिर ढाप पोखरीजस्ता क्षेत्र सुनसान भएको पर्यटन व्यवसायी बताउँछन् । भारतीय बाटो भएर आउने पर्यटक शून्यजस्तै भएका छन् । वनभोज र भ्रमणमा आएका पर्यटकले भरिभराउ हुने कन्याम सुनसान भएपछि त्यहाँ व्यवसाय गर्ने व्यवसायीलाई हातमुख जोर्न समस्या पर्न थालेको छ । कन्यामका होटल सञ्चालक टेकराज गिरीले पर्यटक आउन छोडेको एक महिनाभन्दा बढी भएको बताए ।

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

लकडाउनमा सडकमै गयो रणबहादुरको ज्यान

झापा, बैशाख २७। इलाम चुलाचुली-४का ३१ बर्षीय रणबहादुर लिम्बूको मोटरसाइकल दुर्घटनाबाट मृत्यु भएको छ ।

झापा कमल गाँउपालिका-५ पाडाजुंगीस्थित राजमार्गमा पूर्वतर्फ जाँदै गरेको ना६ख ५४०१ नम्बरको ट्रकले बिपरीत दिशाबाट आउँदै गरेको बा६८प ९७७० नम्बरको मोटरसाइकललाइ ठक्कर दिँदा मोटरसाईकल चालक लिम्बूको मृत्यु भएको इलाका प्रहरी कार्यालय दमकले जनाएको छ ।

ठक्कर दिने ट्रक र चालक शिबसताक्षी-८ बस्ने २७ बर्षीय कबिन्द्र तामाङ नियन्त्रणमा रहेको उक्त कार्यालयले जनाएको छ ।

कोरोना त्रासः पाउँदैन् यिनले बास

भोजपुर, बैशाख २७। विश्व नै कोरोना भाइरसबाट प्रभावित छ । मानिसहरुमा यसको ऋास बढेको छ । त्रास बढेकै कारण उनीहरुले अमानवीय व्यवहार समेत देखाउने गरेका छन् । अहिले भोजपुरमा कोरोनाको उपचारमा खटेका चिकित्सक र एम्बुलेन्स चालकले बाससमेत पाउन छाडेका छन् ।

कोरोनाको आशङ्कामा बिरामीलाई बोकेर अस्पतालमा पु¥याएको थाहा पाएमा बास बस्न त के पानी समेत खान नपाउने अवस्था बनेको एम्बुलेन्स चालकहरुको भनाइ छ । कतिपय ठाउँमा कोरोनाका बिरामी बोकेकै कारण अमानवीय व्यवहारसमेत खेप्नुपरेको भोजपुरमा को२च १२५६ नंको एम्बुलेन्स चलाउँदै आएका चालक मचिन्द्र राईले बताए । उनले भने-कोरोनाका बिरामी बोकेकै कारण मैले धेरै ठाउँमा अपमान भोगेको छु, बास दिन त परको कुरा भयो, बाटोमा हामीलाई स्थानीयवासीले पानीसम्म पनि दिन मान्दैनन्, म भोजपुरबाट खाना खाएर बिरामी लिएर जान्छु र फेरि रातभर लगाएर खान र बस्न भोजपुर नै आइपुग्ने गरेको छु, यात्राका क्रममा हामीलाई असाध्यै समस्या छ। राईले काम गर्न पनि निकै जोखिम रहेको बताए । सम्बन्धित निकायबाट आवश्यक सुरक्षाको सामग्री नपाएको समेत उनले गुनासो गरे ।

मास्क, पञ्जालगायतका सामग्रीसमेत आफैंले खरिद गरेर काम चलाउने गरेको उनको भनाइ छ । काम गर्न निकै जोखिम छ, आवश्यक सुरक्षा सामग्री छैन, बिरामी लिएर जाँदा बाटोमा पानीसम्म खान नदिने अवस्था छ, खानाको समय नमिलेकै कारण बिरामी भएर आफैं पनि अस्पताल बस्नुप¥यो, हामीलाई यो समयमा काम गर्न अत्यन्तै गाह्रो छ- चालक राईले भने ।

बस्नका लागि स्थानीयवासीले बास नदिएपछि दिनरात नभनी काम गरेका

(बाँकी अन्तिम पृष्ठमा)

कोरोना भाइरस उपचार कोषमा रकम जम्मा गर्न आव्हान गरिएको सूचना

विश्वव्यापी महामारीको रुपमा फैलिएको कोरोना भाइरस (COVID-19) रोगको संक्रमणलाई फैलिन नदिन तथा सोको रोकथाम एवम् नियन्त्रणका लागि देहायको बैंकमा **'कोरोना भाइरस संक्रमण रोकथाम, नियन्त्रण तथा उपचार कोष'** खाता खोलिएको हुँदा इच्छुक व्यक्ति तथा संघ–संस्थाहरुले सो खातामा रकम जम्मा गरी सहयोग गरिदिनुहुन आव्हान गरिएको व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ ।

बैंकको नामः राष्ट्रिय बाणिज्य बैंक
शाखाः सिंहदरबार परिसर
खाताको नामः कोरोना भाइरस संक्रमण रोकथाम, नियन्त्रण तथा उपचार कोष
खाता नं. १९६००००११०१

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

डोकोमा औषधि ...

पाँचथरको फाल्गुनन्द-५,फाक्तेप स्वास्थ चौकीलाई पालिकाबाट उपलब्ध औषधि डोकोमा ओसार्दै स्थानीय एक व्यक्ति । गाउँपालिका कार्यालय नजिकै स्वास्थ चौकी भएको हुँदा यसरी पठाइएको र अन्य टाढाका वडामा गाडीको प्रयोग गर्दै धमाधम पुऱ्याउँदै गरेको पालिकाका सूचना अधिकृत राजेन्द्र भट्टराईको भनाइ छ । पालिकाबाट प्रत्येक वडालाई छुट्ट्याइएको औषधि र कोरोना रोकथाम तथा नियन्त्रण प्रयोजनमा प्रयोग हुने सामान सम्बन्धित क्षेत्रको क्वारेन्टाइन स्थानमा हस्तान्तरण भइरहेको उनले बताए । **तस्वीरः युद्धबहादुर बोहोरा/पूर्वाञ्चल**

बुद्धशान्तिका ३०० नागरिक समस्यामा, सरकारले ल्याउन दिएन

झापा, बैशाख २७। सरकारले गरेको लकडाउनका कारण अध्ययन तथा रोजगारीको सिलसिलामा राजधानी काठमाडौं पुगेको धेरैको जनजीवन कष्टकर बन्दै गएको छ ।

कोरोना भाइरसको संक्रमण नेपालमा समेत देखापरेपछि सरकारले गत चैत ११ गतेबाट लकडाउन गरेको हो । लकडाउन गरेको लामो समय बितिसक्दा समेत उसको विकल्पको विषयमा सरकारले केही गर्न नसकेपछि नागरिक समस्यामा पर्दै गएका छन् ।

स्थानीय तहले विभिन्न मापदण्ड बनाएर राहत बितरण गरेपनि अझ धेरैले राहत नपाएको बताएका छन् । लकडाउनका कारण आफ्ना नागरिक समस्यामा परेको तर ल्याउँछु भन्दा संघीय सरकारले नदिएको झापाको बुद्धशान्ति गाउँपालिकाका अध्यक्ष रमेशकुमार भुजेलले बताए । उनले भने- बुद्धशान्ति गाउँपालिकाका करिब तीन सय नागरिक काठमाडौंमा हुनुहुन्छ । सबै सुरक्षा ब्यवस्था अपनाएर क्वारेन्टाइनमा राख्ने गरी ल्याउँछु भन्दा पनि संघीय सरकारले दिएन । उनले झापामा सातबाट बस तयारी अवस्थामा राखेको र काठमाडौं जिल्ला प्रशासन, प्रहरी प्रधान कार्यालय, गृहमन्त्रालयमा समेत पत्र पठाएको लामो समय भइसक्दा समेत संघीय सरकारले आफ्ना नागरिक ल्याउन नदिएको गुनासो गरे ।

कोरोना भाइरसको संक्रमण नफैलियोस् भन्ने विषयमा संघीय सरकार जति सचेत छ, त्यो भन्दा धेरै बुद्धशानित गाउँपालिका सचेत भएको अध्यक्ष भुजेलले बताए । उनले काठमाडौंमा रहेका बुद्धशान्तिका नागरिक ल्याउन नपाउँदा आफूलाई सारै चिन्ता लागेको बताए । अध्यक्ष भुजेल भन्छन्- छोराछोरी काठमाडौंमा छन्, यहाँ आमा-बुबा आएर केही गरिदिनुपऱ्यो भन्नुहुन्छ, हाम्रो कुरै सुन्दैन संघीय सरकार । आफ्ना नागरिक ल्याएर व्यवस्थित तरिकाले राख्छु भन्दा त दिनुपऱ्यो नि ? काडमाडौंमा हाल

लकडाउन प्रभाव

रोजगारी नहुँदा आर्थिक समस्या शुरु भएको र घरधनीले समेत घरबाट निकाल्न थालेकाले आफ्ना नागरिक ल्याउन पाउनुपर्ने उनको भनाइ छ ।

गाउँपालिकाबाट अध्ययन तथा रोजगारिका लागि काठमाडौं पुगेका नागरिकसंग दिनरात सम्पर्कमा रहेर उनीहरुको पीडा सुन्न बाहेक केही गर्न नसकेको भन्दै अध्यक्ष भुजेलले सरकारको निर्णय नै गलत भएको बताए । हालसम्म कसैलाई पनि क्वारेन्टाइनमा राख्नु नपरेको भन्दै उनले विदेशबाट आएका सबै नागरिकलाई होम क्वारेन्टाइनमा नै राखेर उनीहरुको निगरानी गरेको जानकारी दिए । नागरिकको समस्याको पहिचान गरेर बुद्धशान्ति गाउँपालिकामा दुई चरण गरेर राहत समेत वितरण भइसकेको अध्यक्ष भुजेलको भनाइ छ ।

उनले बुद्धशान्तिका कोही पनि समस्यामा परे तत्काल समस्या समाधान गर्न आफू तयार रहेको बताए । बुद्धशान्ति गाउँपालिकामा तरकारी खेती धेरै हुने भएकाले यहाँ उत्पादन भएका कृषिजन्य वस्तुलाई धरानसम्म विक्रीका लागि जिल्ला प्रशासनबाट सहजता मिलाएको उनले जानकारी दिए ।

राहत वितरणमा केन्द्रीत हुँदा किसानका तरकारी नबिकेको थाहा पाएपछि आफैंले गाउँ-गाउँ लगेर बेच्नका लागि किसानलाई यातायातको ब्यवस्था गरेर सहजीकरण गरेको अध्यक्ष भुजेलले बताए । तरकारीका साथै ब्रोइलर जातका कुखुरा समेत बेच्नका लागि सहजीकरण गर्नुका साथै वर्षायाम शुरु भएकाले बुद्धशान्ति गाउँपालिकाले निःशुल्क वीऊ वितरण कार्यक्रम समेत शुरु गरेको जनाइएको छ ।

यसपटक जसले जति वीऊ लगेको छ । उसले अर्कोपटक त्यत्ति नै वीऊ छुट्याएर राख्नुपर्ने नियमका साथ किसानलाई कृषिजन्य वस्तुको वीऊ वितरण शुरु गरेको अध्यक्ष भुजेलले बताए । उनले मलमा समेत सहुलियत दिने तयारी भइरहेको जानकारी दिए । आगामी वर्षको बजेट कृषि प्राथमिक हुने भन्दै उनले शिक्षा, स्वास्थ्य र कृषिलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर बजेट तर्जुमाका काम शुरु गरेको जानकारी दिए ।

यता बुद्धशान्तिमा पर्याप्त मात्रामा तरकारी उत्पादन हुने भएकाले सबै उपभोक्तालाई गाउँघरकै तरकारी किन्न आग्रह गरिएको गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष मीरा भूर्तेलले जानकारी दिइन् । उनले लकडाउनको समयमा बजारमा कालोबजारी नहोस् तथा उपभोक्ता नठगिउन् भनेर बजार अनुगमनलाई तीब्रता दिएको बताइन् । उनले यस्तो बेला कसैलाई पनि उपभोक्ता ठगी गर्ने काम नगर्न आग्रह गर्दै अनुगमनका क्रममा यदि ठगी गरेको पाइए कारबाही गर्ने उल्लेख गरिन् । अध्यक्ष भूर्तेलले हप्तामा एक दिन बुद्धशान्तिका बजारको अनुगमन गर्ने गरेको जानकारी दिइन् ।

बंगालद्वारा एकतर्फी नाका सञ्चालन, काँकरभिट्टा-रानीगञ्जबाट आए गाडी

पार्थ मण्डल

भद्रपुर, बैशाख २७। भारतको पश्चिम बंगाल सरकारले बन्द गरेको पूर्वी नेपालको काँकरभिट्टा-रानीगञ्ज (पानीट्यांकी) नाका शनिवारदेखि खुलेको छ ।

कोरोना भाइरस नियन्त्रण तथा रोकथामका लागि बंगाल सरकारले चैत २५ गतेदेखि काँकरभिट्टा-रानीगञ्ज नाका बन्द गराएको थियो ।

बंगाल सरकारले करिब एक महिनापछि नाका सुचारु गरेको इलाका प्रहरी कार्यालय काँकरभिट्टाका डीएसपी राजेन्द्र पोखरेलले जानकारी दिए । 'बंगाल सरकारले नेपाललाई चाहिने अतिआवश्यक सामान मात्र पठाउने सर्तमा नाका सुचारु गरेको हो'- डीएसपी पोखरेलले भने- 'भारतबाट आउने अतिआवश्यक वस्तु मात्र आयात हुन्छ, नेपालबाट भारततर्फ कुनै पनि वस्तु निर्यात नहुने शर्त बंगाल सरकारले राखेको छ ।'

शनिवार दिउँसोदेखि नै काँकरभिट्टा नाकाबाट अतिआवश्यक वस्तु बोकेका ढुवानीका सवारीसाधन भारतबाट आउन थालिसकेको छ । कोरोना त्रासकै

कारण बंगाल सरकारले एकतर्फी नाका सञ्चालनमा ल्याएको हो । ढुवानीका सवारीसाधन बाहेक अन्य सवारीसाधन र मानिस आवतजावत गर्न नपाइने उनले बताए । कोरोना भाइरस सङ्क्रमणलाई लक्षित गरी नेपाल-भारत सरकारबिच अतिआवश्यक वस्तु नेपाल आयातमा कुनै रोक नलगाई निर्बाध रूपमा भित्रिन दिइने सहमति भएको थियो । सहमतिमा काँकरभिट्टा रानीगञ्ज नाका पनि परेका थिए ।

तर, केन्द्रीय सरकारको निर्णय विपरीत बंगाल सरकारले एकलौटी निर्णय गर्दै चैत २५ गतेबाट कुनै सवारीसाधन यस नाकाबाट प्रवेश गर्न दिएन । जस कारण पश्चिम बंगाल हुँदै झापा जिल्लाबाट भित्रिने अतिआवश्यक वस्तुहरू विहारको जोगवनी-विराटनगर नाका भएर भित्रिरहेका थिए । यता काँकरभिट्टा नाका ठप्प हुँदा मेची भन्सार कार्यालयको राजश्वमा समेत भारी गिरावट आएको छ ।

नेपालको तेस्रो ठूलो भन्सारको रूपमा परिचित मेची भन्सारमा पछिल्लो समय कोइला लगायतका अन्य वस्तु आउन छोडेपछि लक्ष्य अनुसारको राजश्व सङ्कलन हुन नसकेको मेची प्रमुख भन्सार अधिकृत ध्रुवबहादुर विश्वकर्माले बताए । करोडौं राजश्व उठाउँदै आएको भन्सारले कोरोना सङ्क्रमणबाट लकडाउन भएपछि ठूलो राजश्व गुमाउनु परेको उनको भनाइ छ । यो नाकाबाट भारत, बंगालदेश र भुटान लगायतको देशहरूबाट कोइला, इन्धन, खाद्यान्न, कपडा, लगायत कच्चा पदार्थ भित्रिने गरेका छन् ।

दैनिक ७५० जनालाई निःशुल्क खाना

विराटनगर, बैशाख २७। विराटनगर महानगरपालिका-६स्थित शिवमन्दिर युवा समूहले बन्दाबन्दीबाट प्रभावित भएका विराटनगरका ७५० जनालाई दैनिक खाना खुवाउँदै आएको छ ।

कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि सरकारले गत चैत ११ गतेदेखि लागू गरेको देशव्यापी बन्दाबन्दीबाट प्रभावित बनेका परिवारलाई गत चैत २० गतेदेखि युवा समूहका नारायण बराल र गणपत मित्रु नेतृत्वका टोलीले खाना खुवाउने अभियान शुरु गरेका हुन् ।

पहिलो चरणमा दैनिक ११३ जनाबाट खाना खुवाउन शुरु गरिएको अभियान अहिले वृद्धि भई ७५० जना पुगेको छ । युवा समूहका नारायण बरालले १२८ गरिब तथा विपन्न घरपरिवारलाई र बिनाकुपन शिव मन्दिर मार्गको भान्साबाट २१५ जनालाई खाना वितरण गर्ने गरिएको बताए ।

युवा समूहले शुरु गरेको खाना वितरण अभियानमा अहिले उद्योगी, व्यापारी, छरछिमेकी तथा तथा विराटनगर घर भइ विदेशमा नेपालीबाट सहयोग जुट्न थालेको बरालले बताए । दैनिक बिहान साढे ९ देखि ११ बजेसम्म खाना वितरण गरिसक्ने शिव मन्दिर युवा समूहका गणपत मित्रुकाले बताए । गरीब, विपन्न घरपरिवार तथा सडकपेटीमा रहेकालाई भोकै बस्नु नपरोस् भन्नका लागि खाना खुवाउने कार्य सञ्चालन गरिएको हो ।

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

'विद्यालयको शुल्क बृद्धि नगर'

भारत, बैशाख २७। भारतको महाराष्ट्र प्रदेशका शैक्षिक संस्थाहरुलाई चालू शैक्षिक सत्रमा शैक्षिक शुल्क बृद्धि नगर्न आग्रह गरिएको छ ।

महाराष्ट्र शिक्षा विभागले शैक्षिक सत्र २०२०-२१मा शैक्षिक शुल्कबृद्धि नगर्न शनिबार आग्रह गरेको हो । अभिभावकहरुले यसअघि निर्धारण गरिएको शैक्षिक शुल्क तिर्न पनि गाह्रो हुने अवस्था रहेकाले थप बृद्धि गर्नु उपयुक्त देखिँदैन, विभागले भनेको छ । उनीहरुलाई तत्काल शुल्क तिर्न बाध्य नपार्न वा दवाव नदिन पनि विभागले आग्रह गरेको समाचारमा जनाइएको छ ।

कोरोनाभाइरसको संक्रमण फैलिन थालेपछि भारतमा अहिले पनि देशव्यापी लकडाउन कायमै रहेको छ । लकडाउनका कारण शैक्षिक संस्थाहरु बन्द भएकाले बिद्यार्थीले पढ्न पाएका छैनन भने अभिभावकहरुको आम्दानी पनि घटेको छ ।

अहिले आम्दानी नभएकाले उनीहरुलाई शुल्क तिर्नका लागि मासिक वा चौमासिकमा तिर्न मिल्ने व्यवस्था गर्न पनि विभागले आग्रह गरेको छ । भारतमा पटक-पटक थप्दै लम्ब्याउँदै गरिएको देशव्यापी लकडाउन अहिले यही मे १७ तारिखसम्मका लागि तय गरिएको छ ।

अमेरिकामा १४.७% बेराजगारी

अमेरिका, बैशाख २७। अमेरिकामा गत अप्रिल महिनामा १४.७ प्रतिशत बेरोजगारी सृजना भएको छ । कोरोनाभाइरसको महामारीका कारण उद्योग व्यापार बन्द भएकाले बेरोजगारी बढेको अधिकारीहरुले जानकारी दिएका छन् ।

अमेरिकामा यसअघि १०.४ प्रतिशत बेरोजगारी दर रहेकोमा बढेर १४.७ प्रतिशत पुगेको तथ्यांकले देखाएको छ । यो बृद्धिदर सन् १९४८ पछिकै सवैभन्दा धेरै भएको जनाइएको छ । अमेरिकामा अप्रिल महिनामा मात्रै झण्डै दुई करोड नागरिकले रोजगारी गुमाएका छन् । गत मार्च महिनामा सात लाख दश हजार मानिसले रोजगारी गुमाएका थिए ।

कोरोनाभाइरसको संक्रमण फैलिन जान थालेपछि सामाजिक दुरी कायम गर्नु पर्ने र अन्य स्वास्थ्य सतर्कता अपनाउनुपर्ने भएकाले करिब ३१ करोड घरमै बसेका छन् । हालै सार्वजनिक भएको एक प्रतिवेदनमा हरेक मुख्य क्षेत्रमा धेरै मानिसको रोजगारी कटौती भएको छ ।

अधिकारीहरुका अनुसार अमेरिकामा पहिलो पटक सवैभन्दा धेरै मानिसले बेरोजगारी भत्ताका लागि फाराम भरेका छन् । पछिल्लो विवरणमा ३ करोड ३० लाख नागरिकले बेरोजगारी भत्ताको माग गरेका छन् ।

बेरोजगारको संख्या बढ्दै जाने र उद्योग व्यापार बन्द हुँदै जाने गरेकाले अमेरिकी सरकारले विभिन्न राहतका प्याकेजहरु पनि घोषणा गरेको छ ।

कोरोना ...

एम्बुलेन्स चालक जस्तोसुकै अवस्थामा पनि आफ्नै घरमा बस्न पुग्नुपर्ने अवस्था रहेको बताउँछन् । भोजपुरबाट धरान, विराटनगर बिरामी लगेर आइपुग्न १२ देखि १४ घण्टासम्म लाग्ने गरेको चालक राईले बताए । त्यस्तै ग्रामीण भेगमा क्वारेन्टाइनमा बसेका विरामीको स्वाब सङ्कलन तथा अन्य कामका लागि गएका चिकित्सकले समेत बास बस्न नपाउने गरेको स्वास्थ्य कार्यालय भोजपुरले जनाएको छ ।

स्वास्थ्य कार्यालय भोजपुरका प्रमुख फणिन्द्र थापाले भने- कोरोनाको त्रास बढेका कारण दैनिक काम गर्न स्वास्थ्यकर्मीलाई समेत समस्या छ, कतै स्वाब सङ्कलनका लागि गएमा बास बस्नुपर्ने भएमा स्वास्थ्यकर्मीले सहजरुपमा बास बस्ने अवस्था छैन । भोजपुरको घोडेटारमा कोरोना सङ्क्रमितको स्वाब सङ्कलन गर्न गएको चिकित्सकको टोली बास नपाएर रातको १२ बजे सदरमुकाम आएको तितो अनुभव छ, यस्तै जिल्लाका विभिन्न ठाउँमा स्वास्थ्यकर्मीले बास नपाएर रातरात फर्केको अवस्था छ ।

स्थानीयमा चेतनाको अभावका कारण पनि काम गर्न समस्या हुने गरेको स्वास्थ्य कार्यालयको भनाइ छ । कोरोनाको विषयमा धेरैमा त्रास बढेका कारण उनीहरुले बस्न त के खानसमेत नदिने गरेको स्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ ।

८ जना ...

उपचारार्थ रहेका १७ जनाको आगामी हप्ता स्वाब परीक्षण गर्ने जनाइएको छ ।

केन्द्रका २५ स्वास्थ्यकर्मीको पिसीआर रिपोर्ट नेगेटिभ

कोशी अस्पताल उपचार केन्द्र विराटनगरमा गत वैशाख ५ गतेदेखि सङ्क्रमित बिरामीको उपचारमा खटिएका २५ स्वास्थ्यकर्मीको टोली घर फर्केका छन् । सामाजिक विकासमन्त्री जीवन घिमिरे, मन्त्रालयका सचिव रविलाल पन्थ, कोशी अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा. सङ्गीता मिश्रालगायतले इष्टर्न स्टार होटलको क्वारेन्टाइनमा रहेका स्वास्थ्यकर्मीको टोलीलाई बिदाइ गरेका थिए ।

केन्द्रमा पहिलो चरणमा डा. डेनप्रसाद आचार्यको नेतृत्वमा २५ स्वास्थ्यकर्मीको टिम रहेको थियो । केन्द्रमा सात दिन बसेको टिम १४ दिन क्वारेन्टाइनमा बसेर डिस्चार्ज भएको हो । सामाजिक विकासमन्त्री घिमिरेले चिकित्सकको साहसका कारण कोरोनालाई परास्त गर्न सफल भएको बताउँदै प्रदेश सरकारले यसको उपचारका लागि गरेको कामको संघीय सरकार र अन्य प्रदेश सरकारहरुले चासोका साथ लिएको धारणा राखे । उनले आवश्यकता परेको खण्डमा पुनः सेवा दिन चिकित्सक र स्वास्थ्यकर्मीलाई आग्रह गरे । डिस्चार्ज हुनुअघि सबै स्वास्थ्यर्मीको गरिएको थ्रोट स्वाब (पीसीआर) परीक्षणमा रिपोर्ट नेगेटिभ आएको थियो ।

इलामका ...

उनले भने- कोरोना सङ्क्रमणको जोखिम बढेसँगै जिल्लाका धार्मिक गन्तव्य र पर्यटकीयस्थल सुनसान बन्न थालेका छन्। फागुन शुरु भएपछि झुल्के घाम हेर्न र सूर्योदयको दृश्यावलोकनका लागि आउनेको ताँती हुन्थ्यो । तर यसपालि सुनसान छ ।

कन्याममा १०० व्यावसायिक ट्रली-ठेला सञ्चालनमा रहे पनि पर्यटकको चाप घटेपछि १५/२० मात्र सञ्चालनमा रहेको स्थानीय व्यवसायी गोपाल गिरीले जानकारी दिए । पर्यटक आउन छाडेपछि ठेला व्यवसायीले नगरपालिकालाई बुझाउनुपर्ने कर तिर्नसमेत समस्या पर्न थालेको व्यवसायी बताउँछन् । झुल्के घाम हेर्न र सूर्योदयको दृश्यावलोकनका लागि दैनिक हजारौं पर्यटक पुग्ने अन्तुडाँडा पूरै सुनसान भएको स्थानीय घरवास व्यवसायी रुद्र घिमिरेले जानकारी दिए ।

कन्याम, अन्तु, फिक्कल बजार, इलाम बजार, सन्दकपुरजस्ता पर्यटकीय क्षेत्रका होटलसमेत धरासयी बन्ने अवस्थामा पुगेको होटल व्यवसायी संघ इलामका अध्यक्ष देवी पौडेलले जानकारी दिए । पर्यटक नआएका कारण धार्मिकस्थलसमेत यतिबेला सुनसान छन् । कोरोनाका कारण बन्दाबन्दी भएदेखि पर्यटक आउनै छाडेको इलामको प्रसिद्ध धार्मिकस्थल माइपोखरीका पुजारी तुलाराम पौडेलको भनाइ छ । गत वर्ष इलाममा झण्डै एक लाख पर्यटक इलाम घुम्न आएको भए पनि यस वर्ष भने सो संख्यामा ह्रास आउने अनुमान छ ।

आकर्षक घडेरी बिक्रीमा

झापाको अर्जुनधारा-९स्थित कटहरडाँडामा कालोपत्रे पिच बाटोले छोएको ३६ फिट मुख भई पश्चिम फर्केको घरायसी तथा व्यापारीक प्रयोजनको लागि भिटाहरु एकमुष्ट वा टुक्रा गरी लिन चाहने व्यक्तिले सम्पर्क राख्नुहोला ।

नोटः जम्मा जग्गाको क्षेत्रफल ११ कठ्ठा

सम्पर्कः नरेश श्रेष्ठ (मो. नं. ९८४२६२४१५०,९८१७०२१८५५)

श्रीअन्तु प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित तथा मुद्रित - कार्यालय : बिर्तामोड-१, झापा ■ प्रकाशक : भरतलाल गिरी, ■ अध्यक्ष : टोरुप प्रसाई, ■ व्यवस्थापक : चन्द्रकान्त ढकाल (९८४४६४२०९५/ ९८१७९९०२९९) ■ प्रकाशन सहयोगी : भानुप्रसाद शिवाकोटी ■ सम्पादक : एकराज गिरी
■ उप सम्पादक : तुलसीप्रसाद निरौला ■ सह-सम्पादक : सुरेन्द्र भण्डारी ■ डेस्क सम्पादक : लक्ष्मण ढकाल ■ लेखा : सोमनाथ भण्डारी ■ कार्यकारी व्यवस्थापक : होमप्रकाश अधिकारी (९८४२६३४७४०) ■ बजार व्यवस्थापक : लीला आचार्य (९८१४०१८५७१) ■ प्राविधिक : बद्री महतारा
■ प्रोसेसिङ : गोपाल मण्डल ■ बजार प्रतिनिधि: गोपाल अधिकारी-९८०७९१०२२२/सञ्जय श्रेष्ठ ९८०६०३३१५३ ■ कम्प्युटर : रुपा मुखिया/ सन्तोष अधिकारी (कार्यालय फोन : ०२३-५४१००२/प्रशासन/विज्ञापन : ०२३-५४००४४) Email: purwanchal2052@gmail.com /purwanchal@ntc.net.np

पूर्वाञ्चल

सम्पादकीय

सहमति नै समस्याको उपचार हो

बन्दाबन्दीको समय जेठ छ गतेसम्म बढाएर सरकारले संसद अधिवेशन शुरू गरेको छ । सरकारको आगामी बर्षको योजना र कार्यक्रम निर्धारण गर्ने चालू अधिवेशन कोरोनाको सन्त्रास र त्यसबाट मुक्तिको लक्षमा केन्द्रित हुनेछ, आशा गरौं । देश यसै पनि कोभिड–१९ को पीडामा छ । देश केबल भूगोल होइन, देशको पहिलो परिचय र आधार जनता हुन् । जनता बन्दीले ब्यक्त गर्न नसक्ने कष्टमा बाँचेका छन् । दैनिकी नै कष्टकर बन्दै गएको बेला निरुपाय जनता सरकारको निर्देशन चुपचाप सहन बाध्य छन् । संघीय व्यवस्था अनुसार तीनवटा सरकारले आ–आफ्नो ढंगले शासन सञ्चालन गरेका छन् । बन्दाबन्दीका मापदण्ड पनि त्यही आधारमा निर्माण गरेका छन् । सेवासुबिधा प्रदायक अनुकूल निर्माण तथा प्रवाह गर्ने गरिएको छ । समानुपातिक, विभेदमुक्त र न्यायसंगत नहुँदा तल्लो, उपेक्षित र चेतनाले पछि रहेकाहरू थप पीडा व्यहोर्न बाध्य छन् ।

अदृष्य शत्रुले टाउको उठाइरहेका बेला त्यससाग जुध्नु पर्नेहरू आवश्यक हतियार नभएर अन्यौलमा छन् । पहिचान त्यसबिरूद्ध लड्ने पहिलो अस्त्र हो जो उपकरणको अभावमा असहज भएको छ । सरकारले युद्ध सेनालाई हतियारले सुसज्जित तुल्याएर रणमा पठाउनुपर्नेमा सासंदको परीक्षण गरेर अनिकाल अरू थपेको छ । अति प्रभावित क्षेत्रमा अपेक्षित र आवश्यक परीक्षण गरिएकै छैन, त्यसले निम्त्याएको असहजता, अभाव र अनिश्चित भविष्यप्रति चिन्ता देखिएकै छैन । केबल बन्द सम्पूर्ण उपाय होइन बिद्यमान चुनौतिको सामना गर्ने । त्यसको अन्तर्यलाई अनुभूत नगरुञ्जेलसम्म जनतालाई आश्वस्त बनाउन सकिन्न ।

हाम्रा सेनानायक आफू अस्वस्थ छन् । अस्वस्थ नायकबाट प्रभावपूर्ण नेतृत्व सम्भब हुँदैन । भाइरसको सन्त्रासकाबीच भारतले नेपालको भूभागलाई एकलौटी उपयोग गरेको नयाा घटना सार्वजनिक भएको छ । लिपुलेक,लिम्पियाधुरा लगायतका ठाउँ मिचेर उत्पन्न विवादको समाधान नै नखोजी भारतले अफ्न उत्तरको छिमेकी चीनसाग मिलेर नयाँ सडकको उद्घाटन गरेको छ । धार्मिक महत्वको कैलाश मानसरोबरसम्म जोड्ने सो सडक चीन र भारतको व्यापारिक प्रयोजनका लागि समेत महत्वको हुने बताइन्छ । सीमा रक्षा गर्नु सरकारको मूल दायित्व हो । यसका लागि मन्त्रालय नै गठन गरिएको हुन्छ तर हाम्रा रक्षामन्त्रीले सडक बनाइएको कुरा थाह नभएको बताएर कुशलता र क्षमता प्रस्तुत गरिसकेका छन् । कोरोना पीडाको बीच आएको यो नयाँ कहरको सम्बोधन कसले र कहिले गर्छन् हेर्नु बाहेक केही छैन ।

संघीय राजधानीको केन्द्रमा केही चिनिया नागरिकले नेपाली सुरक्षाकर्मीलाई दुर्व्यबहार गरे । स्वदेश फिर्तीको उनीहरूको माग मानबीय आधारमा जायज भए पनि लकडाउन उल्लंघन गर्दै बिदेशी भूमिमा हाम्रा राष्ट्रसेवकमाथि जाइलाग्नु हाम्रो निरीहताको फल त होइन, प्रश्न उठेको छ । यस घटनाले राष्ट्र निर्माता पृथ्वीनारायण शाहको दिव्योपदेशको सम्झना गराएको छ । यी दुबै देशसँग सजग रहनु, दुबै स्वार्थका लागि जे गर्न सक्छन् उनको दिव्य र दूरदृष्टि पुनर्पुष्टि भएको छ । त्यसैले बिद्यमान चुनौतिहरुको सामना गर्न सक्ने नेतृत्व र अग्रसरता आजको आवश्यकता हो । यसका लागि फुटेर ,चिरिएर, टुक्रिएर होइन राष्ट्रभक्तिको एकलव्य ध्यानसहितको कर्मठता चाहिएको छ । यसका लागि पक्ष विपक्षको संकीर्णता होइन देश प्रेमको उदात्त भूमिका अपेक्षित छ । यस्तोले मात्र बिपद्सँगै अन्यान्य समस्याहरूको न्यायोचित समाधान दिन सक्छ, यसतर्फ सरकार र सबै दलहरू गम्भीर होउन् ।

भाइरसको नालिबेली

तुलसीराम खरेल

अहिले सङ्क्रमणबाट जोगीन सामाजिक दुरी कायम गर्नकै लागि बन्दाबन्दी (लकडाउन) लागू गरिएको छ । बिश्वका अरबौं मानिसहरु थुनिएको अवस्थामा छन् । बिगत सय बर्षकै ठूलो आर्थिक संकटको सामना गर्नुपर्ने तस्वीरहरु प्रक्षेपण हुन थालेका छन् । आशा गरौं यो अवस्था लामो रहने छैन ।

समाजमा भाइरसवारे धेरै भ्रमहरु, धेरै अन्योलहरु व्याप्त रहेको देखिन्छ । अहिले एउटा अति नै सानो सूक्ष्म भाइरस कोभिड-१९ले लाखौँको ज्यान लिइसकेको छ । यस्तो अवस्थामा भाइरस के हुन् ? यसको खोज अनुसन्धानको नालिबेली कस्तो छ ? यसका साफा गुणहरु एवम् प्रकृति कस्तो हुन्छ ? भन्ने कुराकै सेरोफेरोमा यो आलेख तयार पारिएको छ । यसको खोजको इतिहास पल्टाउँदा सन् १८५२मा एक जना रसियन जीव बैज्ञानिक ईभानोभ्स्कीले सुर्तीका पातहरुमा छिर्केमिर्के परेको देखे ।

उनले यो एक प्रकारको रोग हुन सक्ने अनुमान लगाए । यसैक्रममा उनले त्यस्ता खाले सुर्तीका पातहरु भेला पारे र त्यसबाट रस र झोल निकाले । त्यस झोललाई अरु राम्रा तथा निरोगी सुर्तीका बोटहरुमा छर्किएर हेरे । बिस्तारै ती निरोगी बोटका पातहरुमा समेत छिर्केमिर्के लागेको देखियो । उनले उक्त जुस या झोल पदार्थमा रोग लगाउन सक्ने तत्वहरु हुनसक्ने अनुमान लगाए । पछि त्यस रसलाई बिशेष प्रकारको फिल्टरबाट छानियो । उक्त फिल्टरबाट आएको झोलिलो पदार्थले समेत रोग लगाउन सक्ने क्षमता बोकेको देखिएपछि उक्त झोलिलो पदार्थमा के त्यस्तो बस्तु होला भन्ने रहस्यको खोजी हुन थाल्यो । पछि त्यो बिषाणु बस्तुलाई 'टोबाको मोजाइक भाइरस' (टीएमभी) नाम दिइयो । यो नै मानव जातिले पत्ता लगाएको पहिलो भाइरस थियो । लेटिन भाषाको 'भाइरिअन' शब्दवाट अंग्रेजी शब्द 'भाइरस' बनेको हो । यसको शाब्दिक अर्थ बीष भन्ने हुन्छ । नेपालीमा भाइरसहरुलाई विषाणु भनिन्छ । यिनीहरुले असर गर्न सक्ने जीवको आधारमा प्लान्ट भाइरस, एनिमल भाइरस र व्याक्टेरियल भाइरस भनेर समेत बर्गीकरण गरिएको छ। यिनीहरु किटाणु (व्याक्टेरिया) भन्दा सालाखाला ५० गुणा साना हुन्छन् ।

भाइरस भनेर चाहिँ सन् १८९८मा एकजना डच व्यक्ति बेइजर्नीकले नामाकरण गरेका थिए । तिनीहरुको रासायनिक बनोट हेर्दा प्रोटिन र न्यूक्लिक अम्लबाट बनेको देखिन्छ । तिनीहरुमा अन्य जीवित प्राणीहरुमा जस्तो कोष हुँदैन । सेल थ्योरीले समेट्न नसकेकोले यिनीहरुलाई सजीव मान्न जीव शास्त्रीहरुलाई गाह्रो परेको हो। किनकि कोष (सेल) लाई जीवनको आधार मानिन्छ। तिनीहरुले कुनै अर्को जीवको सहयोग बिना प्रजनन् गर्न पनि

सक्दैनन् । तिनीहरुको कुनै पनि जैविक क्रियाकलाप नदेखिने भएकोले निर्जीव पनि भनिन्छ । तिनीहरुको प्रकृतिलाई हेर्दा बैज्ञानिकहरुमा दुई ओटा बिचारधाराहरु रहेका छन् । एउटा समूहले यिनीहरुलाई निर्जीव भन्दछन् भने अर्को बिचारधाराले यिनीहरुलाइ सजीव भन्दछ । यिनीहरुमा भएको बंश तत्व डी.एन.ए. वा आर.एन.ए.बाट गुणहरु एक पुस्ताबाट अर्कोमा सर्ने कुरा नै यिनलाई जीवित मान्ने सबैभन्दा ठूलो आधारको रुपमा रहेको छ। तर, यिनीहरु धेरै रसायनहरु जस्तो मणिभको रुपमा बर्सौंसम्म रहन सक्ने कारण बिषालु रसायनको रुपमा समेत बुझ्ने गरिन्छ । यो कुरा सन् १९३५मा स्टेन्लीले टीएमभीलाई रड जस्तो लाम्चो मणिभको रुपमा संग्रह गर्न सकिने तथ्य बाहिर ल्याएपछि झन् झाँगिएको हो । केही गुणहरु सजीवका र केही गुणहरु निर्जीवको जस्तो देखाउने भएकोले यी दुवै बिचारधाराहरुलाई गलत भन्न सकिन्न । अहिले यिनीहरुलाई सजीव र निर्जीवहरुबीचको श्रृंखला वा पुलको रुपमा मानिन्छ । मेथ्युले सन् १९७०मा आएर भाइरसलाई माइकोप्लाज्मा जस्तो सजीव मानेका छन् । उनले प्लाज्मा मेम्ब्रेन वा कोष झिल्ली हराएर बनेको एकदमै स्पेसिफिक जीव भनेका छन् । सन् १९६६मा लोफ र टर्नरले यिनीहरुमा पाइने न्यूक्लिक अम्ल र बंश तत्वका आधारमा दुई वर्गमा बिभाजन गरे । डीएनए भाइरस र आरएनए भाइरस । भाइरसले यसको पत्ता लागेको समयदेखि नै मानव मस्तिष्कलाई अल्मल्याइरहेका छन् । सन् १९४८मा होल्मसले भाइरा भन्ने वर्ग बनाए यिनीहरुको वर्गीकरणलाई सजिलो पार्ने कार्य गरे । 'टेन्स्ली' भाइरसमा काम गरेर तिनीहरुलाई मणिभको रुपमा देखाइदिने कार्य गरे बापत सन् १९४६ को नोवेल पुरस्कारको एक हिस्सेदार बन्न पुगे । टोर्ट सन् १९१५, हेरेली सन् १९१७, ग्रान्ट सन् १९३४, गोल्डस्टेन सन् १९६७, सीलो सन् १९६८, विल्डमेन सन् १९६९, हीरा सन् १९६९, रेड्डी सन् १९७२ आदिले बिभिन्न भाइरसको अध्ययन गरेर यिनीहरुलाई बुझ्न सजिलो बनाइदिएका छन् ।

सन् १९८१मा संयुक्त राज्य अमेरिकामा पहिलो पटक मानिसमा एचआईभी पत्ता लाग्यो । 'ह्युमन ईम्युनो डीफिसिएन्सी भाइरस' भनिने यो एउटा रेट्रो भाइरस हो । यसको सङ्क्रमण भएका मानिसको रोग सँग लड्न सक्ने प्रतिरोधात्मक क्षमता एकदमै कमजोर भएर जुनसुकै रोगले हमलागरी मृत्यु हुन्छ । यस अवस्थालाई एड्स भनिन्छ । अफ्रिकाबाट संक्रमण उत्पत्ति भएको मानिएको उक्त भाइरस बाँदर प्रजातिबाट सरेको भनिन्छ । यसले बिश्वमा लाखौंको मृत्यु भइसकेको छ। ९० प्रतिशत जति संक्रमण यौन सम्पर्कबाट हुने अध्ययनले बताएको छ। अहिले एन्टी रेट्रो भ्याक्सिनले उक्त भाइरसको सङ्क्रमण भएकाहरुको केही उमेर बढाएको देखिन्छ। रुघाखोकी, रेबिज, हाँडे, सार्स , दादूरा, ईवोला आदि भाइरसजन्य मानव सरुवा रोगहरु हुन् ।

सन् १९१९को डिसेम्वर महिनामा चीनमा प्रबल बनेको र कोभिड-१९ नामाकरण गरिएको कोरोना भाइरसले आतङ्क सृजना गरेको छ । यो कसरी उत्पत्ति भयो ? के यो कत्रिम हो ? यसबारे धेरैखाले बहस भइरहेका छन् । गुप्त अनुसन्धान समेत चल्दैछन् । त्यतातिर यो लेख केन्द्रीत छैन। यसले अहिले संसारैभरि महामारीको रुप लिएको छ। यो २१० ओटा मुलुकहरुमा फैलिएको र लाखौंको ज्यान लिइसकेको छ । विश्व मानव सभ्यतालाई नै चुनौति दिइरहेको कोभिड-१९ भाइरसले हलचल मच्चाइदिएको छ। यो चीनबाट युरोपीय देशहरु, अमेरिका, ल्याटिन अमेरिकी मुलुकहरु, अफ्रिका र एशियाली मुलुकहरु सबैतिर फैलिएको छ । यसको प्रकृति पनि अचम्मको रहेको छ । प्रशारित हुँदै जाँदा आफ्नो स्वरुपमा समेत फेरबदल गर्दै अघि बढेको यो भाइरस मुख्य गरेर एल र एस टाइपको रहेको बताइएको छ। युनिभर्सिटी कलेज लड्नले गरेको अधययनले कोरोना भाइरसमा १९८ ओटा उत्परिवर्तन (म्युटेशन) भएको पत्ता लगाएको छ। उक्त अध्ययनका सहभागी बैज्ञानिक फ्रास्वाँ बलो (२०२०) का अनुसार उत्परिवर्तन नै त्यति नराम्रो कुरा भने होइन । 'एसएआरएस कोभ-२' कोभिड-१९ गराउने भाइरसको बैज्ञानिक नाम रहेको छ। युनिभर्सिटी अफ ग्लासगोमा गरिएको अर्को सर्वेक्षणले म्युटेशनको कारण नयाँ भाइरसहरु बनेका छैनन् भनिएको छ । अहिले फैलिएको कोरोना एकै प्रकारको रहेको अध्ययनले दावी गरेको छ। यस भाइरसको आनुबंशिक संरचनामा परिवर्तन हुँदा के हुन्छ भन्ने पर्याप्त जानकारी आजको मितिसम्म छैन । यस प्रकारले एकातिर बैज्ञानिकहरुबीच ऐक्यबद्धता आउन नसक्नु र धेरैकुरा बिवादास्पद रहनु गम्भीर छ। अर्कोतर्फ महामारीको रुपलिएको झण्डै छ महिना बितिसक्दा समेत यसको खोप (भ्याक्सिन) नबन्नु दुःखको कुरा रहेको छ । खोप तयार हुँदासम्म यसले के कस्तो रुप परिवर्तन गरिसकेको हुन्छ ? त्यस्तै खोपको पहुँच बिकसित मुलुकहरुमै केन्द्रीत हुने सम्भावना कति रहन्छ ? भन्ने प्रश्नहरुले धेरैलाई चिन्तित तुल्याएको छ। अहिले संयुक्त अधिराज्य, संयुक्त राज्य अमेरिका, भारत र चीन लगायतका मुलुकहरुले खोप तथा प्लाज्मा बिधिमा धेरै अनुसन्धानहरु गरिरहेको अवस्था रहेको छ। धेरैतिरबाट यसको खोप बनिएको दावी आइरहे पनि प्रयोग परीक्षण बिना केही भन्न नसकिने अवस्था रहेको छ। अहिले सङ्क्रमणबाट जोगीन सामाजिक दुरी कायम गर्नकै लागि बन्दाबन्दी (लकडाउन) लागू गरिएको छ। बिश्वका अरबौं मानिसहरु थुनिएको अवस्थामा छन् । बिगत सय बर्षकै ठूलो आर्थिक संकटको सामना गर्नुपर्ने तस्वीरहरु प्रक्षेपण हुन थालेका छन् । आशा गरौं यो अवस्था लामो रहने छैन । भाइरसको प्रकृतिको पूर्ण अध्ययन हुनेछ र यसको खोप बन्ने छ। सबैजना सुरक्षित रहौं । स्वास्थ्यकर्मीका कुराहरु र राज्यको अनुरोधलाई गम्भीर बनेर स्वीकार गरौं ।

tulasikharel2015@gmail.com

(लेखक निधि इन्द्रेणी क्याम्पस एवम् महेन्द्र-रत्न माबि बिर्तामोडका जीव विज्ञान बिषय शिक्षक हुन्।)

मोटोपन नियन्त्रणका लागि कस्तो खाना खाने ?

■ विपीन कार्की, डाइटिसियन

कोरोना भाइरसको सन्त्रास विश्वव्यापी चलिरहँदा बन्दाबन्दीको कारण यसको नियन्त्रणमा केही मद्दत पुगेको छ भने अर्कोतिर मोटोपनको समस्या निम्तिने प्रबल सम्भावना छ । घरबाटै सम्पूर्ण कार्यालयका कामदेखि स्कुल, क्याम्पसका पठनपाठन अनलाइन सञ्चालन भइरहँदा आम जनमानसको जीवनशैली आसिन बनेको छ । बन्दाबन्दीले गर्दा मनिसमा धेरै खाने, बढी सुत्ने बानी बढ्दो छ । यस्तो अल्छिपना र आलस्यताले गर्दा तौल बढेको गुनासो गर्ने पनि छन् । धेरै मानिस आफ्नो आहारको छनौटलाई लिएर चिन्तित भए पनि केही प्रतिशत मानिसलाई बन्दाबन्दीले दसैं र चाडपर्वको माहोल सिर्जना गराएको छ ।

शरीरमा आवश्यकताभन्दा बढी तौल हुनुलाई मोटोपन भनिन्छ । शरीरको उचाईको अनुपातमा तौल साधारण बनाउन सन्तुलित आहारको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । सामान्य जीवनशैली र अनियन्त्रित भोजन मोटोपनका प्रमुख कारक हुन् । हाल बन्दाबन्दीको माहोलले गर्दा खाना र स्वास्थ्य दुवैमा आफैंले विशेष सजगता अपनाउनु जरुरी छ ।

शरीरका महत्वपूर्ण कार्यहरु निर्वाह गर्न उर्जाको आवश्यकता पर्दछ र उर्जा प्राप्तिका लागि उपयुक्त पोषणतत्व जस्तै कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, फ्याट, भिटामिन र खनिज पदार्थको विशेष भूमिका छ । शरीरलाई चाहिने भन्दा बढी उर्जा उत्पादन भएको खण्डमा उर्जालाई खपत गराउन नियमित व्यायाम तथा शारीरिक योगले क्यालोरी बर्न गराउने डिफेन्सिभ पद्धतिमा जोड दिनुभन्दा हामीले खाने प्रत्येक खानाको क्यालोरीलाई ध्यान दिए अनावश्यक उर्जा नियन्त्रणमा ल्याउन उपयोगी हुन्छ ।

झापाकी उर्मिला अहिले बन्दाबन्दीले गर्दा आफ्नो बढ्दो तौलप्रति चिन्तित हुँदै के-कस्ता आहार छनौट गर्ने र कति मात्रामा खाँदा स्वस्थ र तौल निर्धारण हुने भनेर चिन्तित छिन् । आफ्नो दैनिक क्रियाकलापको रुटिन बनाए जस्तै भोजन, खाजा, खानाको तालिका बनाएर प्रयोगमा ल्याउँदा मोटोपन जस्ता जटिल समस्याबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । मोटो शरीर रोगहरुको भण्डार हो र यसलाई निर्मूल पार्न तौल अनुसार आवश्यक पोषण तत्वको मात्रै प्रयोग गर्ने बानी बसाल्न जरुरी छ ।

उमेर समूह, लिङ्ग, शरीरको आकार र फिट्नेस जस्ता कुराले शरीरलाई कति मात्राको क्यालोरी आवश्यक पर्दछ भन्ने निर्धारण गर्दछ । बन्दाबन्दीका बेला आवश्यकभन्दा बढी खानेबानी बढ्दो हुँदा हाम्रो उर्जाशक्ति सकारात्मक दिशातर्फ बढ्दै गएको छ । उर्जा सकारात्मक भएमा मोटोपन निम्तिन सक्दछ र यसले विभिन्न प्राणघातक रोग जस्तै रक्तचाप, मधुमेह तथा मुटुरोगको जोखिम बढाउँदछ ।

मोटोपनलाई कसरी समाधान गर्ने ?

- दैनिक थालीमा सन्तुलित आहार खाने बानी बसाल्नुपर्छ । कार्बोहाइड्रेट पाइने अन्न तथा कन्दमूल जस्तैः मकै, गहुँ, फापर, आलु, चामल सामान्य मानिसले ५५देखि ६० प्रतिशत आफ्नो दैनिक भोजनमा समावेश गर्नुपर्दछ ।

एमिनो एसिडको भण्डार प्रोटिनले शरीरको वृद्धि तथा मांशपेशी बलियो बनाउन मद्दत पुऱ्याउँछ । माछा, मासु, अन्डा, दही, चीज, दाल तथा गेडागुडीबाट प्रशस्त प्रोटिन पाउन सकिन्छ । दैनिक १५देखि २५ प्रतिशत प्रोटिन शरीरलाई आवश्यक पर्दछ । भिटामिन तथा महत्वपूर्ण खनिजतत्व प्राप्त गर्न तरकारी, हरियो सागसब्जी, फलफूल दैनिक ३ सयदेखि ४ सय ग्रामसम्म प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

घीउ, तेल, बदाम, बटरमा पाइने चिल्लो पदार्थ अर्थात् फ्याट दैनिक २० देखि २५ प्रतिशत समावेश गर्नुपर्दछ । मोटोपन समाधानका लागि फ्याटको मात्रा कम गर्ने (दैनिक ३०देखि ४०ग्राम), उच्च प्रोटिन डाइट (८०देखि ९० ग्राम) प्राप्त हुने वनस्पति तथा पशुजन्य स्रोत अंगाल्नुपर्छ । मध्यम प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट (३५-५०प्रतिशत) आफ्नो दैनिक मेनुमा समावेश गर्न सकिन्छ ।

- नियमित ब्रेकफास्ट प्रयोग गर्नाले पेट भोको नरहने हुँदा धेरै खाने प्रवृतिलाई रोक्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- कम खाने र पटक-पटक नियमित समयमा खाने बानीले क्यालोरीलाई नियन्त्रणमा ल्याउन मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- मैदाजन्य खानेकुरा पास्ता, चाउचाउ, बिस्कुट, मस्म, चाउमिन, थुक्पाको प्रयोग कम गर्ने र गुलियो कुकिज, डुनट र उच्च क्यालोरी हुने केकको प्रयोग कम गर्नु पर्छ ।
- मौसमी रंगीबिरंगी फलफूल दैनिक २,३ पटक खाने बानी बसाल्नाले यसमा पाइने रेशाले भोक ढिला लगाउनुका साथै पेट भरी भएको महसुस गराउँछ । जसकारण तौल नियन्त्रणमा मद्दत पुग्दछ । दैनिक २१ देखि ३५ ग्राम रेशा (फाइबर) शरीरलाई आवश्यक पर्दछ ।
- बिस्कुट, कुकिज, चकलेटको प्रयोगको सट्टा फाइदाबर्द्धक चिल्ला खानेकुरा ओखर, काजु, बदाम, पेस्ता दैनिक १५ देखि २० ग्राम भोक लागेको समयमा खाँदा मस्तिष्क स्वच्छ हुनुका साथै पेट गह्रौ भएको महसुस गराउँछ ।
- अंकुरित प्रकृयाबाट गेडागुडीको टुसा उमारेर दैनिक २५ देखि ३० ग्राम बिहान नास्ताको समयमा प्रयोग गर्नाले फाइबर प्रदान गराउनुका साथै तौल घटाउन मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- शरीरमा पानीको मात्रा ७०देखि ९० प्रतिशत हुने भएकाले दैनिक ६ देखि ८ गिलास पानी प्रयोग पिएमा निर्जलीकरणबाट जुध्न साथै तौल घटाउन मद्दत पुग्छ ।
- कम क्यालोरी भएको खाद्यान्न जस्तै मकै, ओट्स, खरबुजा, सूप, बन्दाकोबी, काँक्रा, कालो बोडीको प्रयोग गर्नु पर्दछ ।
- रोटी, गेडागुडी, दही, दूध, सागसब्जीलाई प्रशस्त दैनिक थालीमा समावेश गर्नाले क्यालोरी नियन्त्रणमा मद्दत पुग्छ । (नारी)